常識

胡適題

第二五七期
(民國十九年五月十八日)
■每份售洋二分■
(館址)上海南京路五十六號

德育體育智育乃新中國的新生命 青年們當急之要務 ■注意 訓練■

(胡味慶)

味慶先生此稿。一字一針。把現時代的社會病源。和治療方法。娓娓婉婉。隨手寫來。皆成妙劑。而且文理通暢。琳瑯滿目。美不勝收。本報讀者。多為有志青年。新中國前途。端在新生命的青年們身上。讀此文。能不攘臂而興起哉。

青年是社會的基礎、中山先生這樣說。的確國家的興亡。大有關係於青年。一國的青年都是有志之士。那末這個國家。現在雖頹唐不堪。將來終有振興的一天。反之青年都是麻木或浪蕩。這個國家。現在無論如何強盛。不久之後。是必趨衰弱的。青年對於國家有這樣重大的關係。所以現在各國對於青年的訓練。都認為至要的問題。他們提倡教育和體育。都不遺餘力。務使青年有了淵博的學問。健全的身體。能為國効勞。為社會謀幸福。

朋友們。我們都是青年。是列強蹂躪下弱國的青年。我們的責任。比其他國的青年責任尤為重大。將沉的神州。須我們同心協力扶起。要恢復中華原有的燦爛。要發揮中華希世的光榮。青年們。捨我們其誰。

我們既認清我們責任的重大。我們一面冀希當軸的鼓勵。一面須極注意體智德的訓練。有了康強的體格。優良的學識。高尙的人格。才可負起這種重大的責任。現在我把體智德為什麼値得注意。來解析幾句。

體育 號稱東亞病國的中華。體育向不注重。因此遭了列國的輕視。加了一個東亞病國的徽號。這種侮辱我國的話。要是你稍有廉恥。當然覺得異常憤慨。然而當你一注意我們同胞體格的時候。差不多一個個凹着胸。屈着背。一副有氣無力的神情。反使你深歎一口氣。西哲云有健全的體格。才能做偉大的事業。日本興武士道。戰敗俄國。得躋於一等國之列。就是這個明證。我國自革新後。各學校才有體育一科。近年來提倡國術。風起雲湧。確是個好現象。希望青年們努力鍛練。一雪病夫之恥。不僅於國家有了光榮。就是人身的獲益。也非淺了。

智育 包括了才學和經驗。譬如做一件事。如沒有辦事的經驗。豐富的學識。無疑的必歸失敗。所以青年還未獻身於社會的時候。應當努力求學。將來一有發展的機會。盡量為社會造福。否則心有餘而力不足。亦無濟於事的。學問不在讀死書。中國的許多迂儒。終年埋身書堆。請問研究些什麼出來。於國家於民生又有什麼利益呀。青年們。要明白天之賦人聰慧。是要他多替社會服務。有一人之智者。為一人服務。有萬人之智者。為萬人服務。若以天賦之才。不肯為社會服務。這種自暴自棄。是可鄙的自私者的行為。你看外人所研究是有實用的科學。供獻全社會全世界。這種學者態度。才值得我們崇拜景仰。

德育 是做人的原則。沒有人格的人。與禽獸何異。我們要得社會的信仰。要使社會安甯。須以身作則。公平正直。才是大中華人民的態度。(丁)

本期要目

(一)注意訓練
(二)食物的衛生
(三)經業常識
(四)看銀洋特法
(五)讀書須知
(六)編輯者言
(七)中國婦女的五月
(八)小鳥
(九)姊姊的悲傷
(十)為富人者注意綁票之預防法

本報是青年之良友社會之導師

■定報價目
每三日出一張本外埠六個月一元半全年二元半寄費在內國外定報照價加一元郵票代現九五計值

■廣告價目
每期每格(共計五方寸)五元均排於新聞之旁如欲入新聞中及長期面議

為本報 信用通告
常識報出版信用與金錢上之保責完全。槪由本公司及本報聯合。特此通告者與讀者不必顧慮。擔任。閱定
攝影畫報 三和公司 同啓

華商三和總公司啓事
本公司經營中外貿易進出口貨批發及另售計分下列各部
■門市部 為便利顧客特另闢一部另售各貨擬設分部於各中區地點(北區已設於上海大戲院隔壁)
■代辦郵購部 專以便利外埠顧客與華僑。信用卓著取佣五厘。
■推廣部 有推銷各種貨物之能力。並代售貨品。不另收廣告費。
■兼寄售書報。
■總公司 上海南京路五十六號(電話一九四一九)■星期日休業
■分公司 北四川路五〇五號(電話四五二〇四)■每晚九時止

為富人者注意 綁票之預防法

(華記)

滬上綁票之風。報上所載。日有所聞。社會不良。失業者衆。衣食逼迫。不得已而作此犯法行為。富有者。防不勝防。一旦被綁。或大受損失。或竟遭撕票之慘。則其家屬之黯然神傷。更非筆墨所能述。因此須防之法、不可不知。但其法衆多。不能盡述。謹擇數端。誌之於左。以供讀者參考：

『待人』。待人最宜寬量及和顏。以取悅於人心。例如窮困之人。宜量力救濟之。則若輩感汝之德。必為汝暗助也。如友輩等。各有所好。不能達目的者。則可盡力提拔之(但若力量不足不在此例)。此一舉數得也。樂善之名。有口皆碑。要知盜亦有其道德。不可謂好人難做也。

『交友』交友之法。首重信義。必先探知其來歷及品行之優劣。然後始可訂交。若遇談話投機。即疏忽訂為朋友。則危險多矣。現有一例。錄之以為讀者戒。

余有友人某君(姑隱其名。)在某公司為買辦。家稱富有。數日前。適逢星期放暇。乃獨往遊藝場取樂。偶遇一老者。因借火柴。而進於閒談。此老竟口若懸河。高談闊論。傍若無人。某君佩服至於五體投地。後因從老者之約。往某處敘談。即被於途中綁去。旋費數十萬金贖之始出。某君經此巨刦。一病幾危。嗚呼!為富人者可不慎耶?

『擇傭』傭婦。使女。乃係富有之家所不能免者。但若輩穿房入戶。毫無忌諱。對於主人之內容。可謂洞悉無遺。一旦將祕密洩漏於其所姘之歹人。流氓。則彼輩必思侵害之策。故雇傭工時。必詳細為之選擇。

『樸素』。樸素為治家之道。雖不必布衣粗食。但不可過於奢華。中等生活。如衣褲之類。切不可競奇出新。以致招搖於市。婦孺等尤不可戴燦爛輝煌之首飾。以引匪徒之垂涎也。

以上所言。不僅為預防綁票計。倘處世立身。均依此法而行。則亦可得莫大之裨益。願同胞共勉之。

■娟秀美麗絲巾
本公司新到娟秀美麗絲巾。花卉鳥獸。種類繁多。至為美觀。定價極廉。每條僅售四角五角或六角。任憑選擇。男女均可用。

■輕便旅行椅
春日每多旅行或遊園。但疲乏之時若無地可坐。至為不便。茲特新出一種鋼製之輕便旅行椅。以摺疊。攜帶極便。可載重三百磅。大塊頭亦可用。每椅特價二元。

南京路五十六號 上海大戲院隔壁 三和總公司 三和分公司 合啓

各種乒乓用具 (華商 三和公司 商標)
■獨家發售
標準特製乒乓槔 三十六元
標準四夾木乒乓板 五角
標準三夾木乒乓板 四角
標準網柱(伸出檯外) 每對二元角
標準國貨綠織乒乓網 四角及一角
國貨聯環牌乒乓球 小洋六角
初出外國乒乓球 每打一元五角
代售『乒乓規則』 一角
上海唯一乒乓商店 華商三和公司
南京路五十六號
北四川路口海大戲院隔壁
本公司第二門市部均有出售

三和公司獨家經理貨物之一部
本公司成立有年。信用卓著。經營中外貿易出口。代辦進貨。郵購。批發與零售。計分下列各部
■進出口部■辦理中外貿易事宜
■代辦郵購部■專為便利外埠顧客與華僑。服務週到迅速。信用卓著。因熟識商情。可得優待價格。收佣僅五厘。
■門市部■為便利顧客特另闢一處零售各貨。擬設分部於各中地點。現已分設一處。
■推廣部■本部樞有推銷各種貨物之能力。幷代發廣告。不另費。以利有貨難銷者。兼售貨品。寄售書籍藥品。又可充為出品者之發行所。蓋本總分公司兩處地點極為適中。所以節省製造者之開銷與麻煩也。有貨託銷須向總公司林君接洽。
■總經理貨物之一部■(一)『安加利丸』咳藥(二)定製男女絨線衫(三)各色運動背心(四)銅油揩布(五)避雨雪布(六)YA乒乓球(七)天瑪牌標準乒乓球(八)中外電影照片(九)最新發明新奇照斤(十)德國眞鋼彈賽鉛筆(十一)優等標準乒乓用具(十二)美術風景照片鏡框(十三)中國攝影學會出品(十四)八卦製藥社出品
■總公司 上海南京路五十六號
■分公司 北四川路五〇五號

■林澤蒼高維祥合著
攝影良友
趣重實用 無師自通 增廣
由趣重實用無師自通『袖珍攝影良友』早經售罄。由著者修訂擴充編輯。增加最新材料十萬餘言。多為各國攝影專書之精華。附成績美滿之藥方表式等。為著者多年之經驗。尤趣重實用。無顧此失行之弊。現已出版。特價精裝四元半。寄費加二角。全書五百七十四頁。擔保滿意。紫裝四版業已出版。最新發明『露光計時儀』準確可靠每只五角。千代英明代售及上海大戲院隔壁三和公司
上海南京路第五十六號中國攝影學會出版部

□食物的衛生

人生在世界上。不可缺少的。就是衣食住三種事情。但是在衣食住三種事的當中。要算食的問題最重要了。爲什麼呢？因爲一個人倘若不吃東西。就要死的。照這樣說來。那麼食物豈不是極重要的事情嗎。現在正是春末夏初的時候。各種的毛病。都要漸漸的發生起來。因此我們對於這個食物。就應該特別的注意一點。現在我把兩種食物的衛生、寫在下面。（一）飲食要有節制。——諸君吃東西的時候。不要看見鮮美的食品。就一時禁不住食慾。不顧自己的食量大小。拼命的吃下去、把肚子脹得十二分飽。這却錯了。你們須知道一個人胃中的消化液是有限的。倘若我們把食物塞足了。這樣就未免要消化不靈。偶一受着了一些風寒。那肚子裏的食物就要壞了起來。於是便生起病來了。好不難過。況且一個人常常發生毛病。身體還會強健的嗎。我恐怕他非但不能強健。反而要瘦弱呢。所以我們對於這個食物。第一須有節制。所以古人說。「未飽先止」。這無非是教我們對於飲食要有節制罷了。

（二）食物要嚼碎。——我們隨便吃什麼東西的時候。要吃得慢一點。並且要嚼得碎。因爲我們的口就是第一部消化機。我們必須要細細的嚼爛。然後再吞到胃裏、那就很容易消化的。若把食物不加細嚼的吞了下去。那第一部消化作用。也須到胃裏去做。那麼消化的力量。自然不能十分充足。這樣也要致病的。所以我們在家中吃飯。最好要有半點鐘的長久。如此的吃飯。對於衛生上。也有很大的利益的。（戊）

□讀書須知

蔡志明

（一）久病初愈。營養未足。宜俟元氣恢復後。方可讀書。否則有損於腦部者也。（二）悲恐憤怒之時。未靜養後。不可讀書。蓋因此時感情有侵於神經作用故也。（三）睡眠方醒。不可遽而讀書。蓋因體內之血液尚未流通。故此時宜徐徐散步。以促血液之通暢。如是至十餘分鐘後。方可讀書。（四）方食時及食畢一時內。不可讀書。須作愉快之談笑。否則消化器中之血液爲所奪。致消化作用。因而減少。神經亦因此而疲乏。如是則神經衰弱。及消化不良等症。由是而起矣。（五）凡運動後。身心必感乏力。且血液之循環。尚未調理如常。故非經過十分鐘後。不可讀書。（六）未晚思睡。而以前未用勞神。此乃腦中貧血之兆也。於非俟血之運用在腦。而貿然讀書者。則有害身心甚大。（七）苟睡前用腦。而讀書。則眠後必不能立即成睡。最佳之法。須於眠前令神經稍有休養後。方可安眠矣。（八）讀書時。不宜俯首亦久。用腦尤不相宜。蓋防患腦充血也。（戊）

□看銀洋特法

承其

（一）鷹洋鑑別法

鷹洋。即墨西哥洋也。我國用之已久。鑑別之法、板式各異。花紋複雜。較本國洋看法難。欲鑑別其眞僞。每日持鷹洋數十枚。細察其何板式。有何花紋。乃細記在心。又何板式。發出聲音如何。或尖者。或洪大者。皆當注意也。

鷹洋察邊道。亦估看中重要者。邊道有粗有細。均宜清爽。自然不宜硬。若邊有凹陷。或有線路。須防夾板。不可不知也。

（二）察銀色聽聲音摩察法等

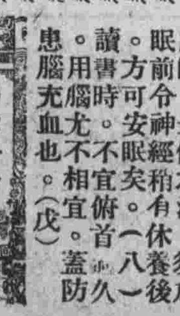
凡事見之愈多。則見識愈廣。察看銀色。亦猶是耳。浮泛觸目。非佳者也。若多看眞銀幣之銀色。其僞者不難辨別。久之經驗已有。其優劣不加思索可立辨矣。

銀幣優者。聲必婉轉。若尖而促。爲僞無疑。此爲普通之估看法。亦有經火燒或受潮濕後。音發尖者。又觸臭發黃者。故看時。不可不分別。與全銅之夾。夾銅之木。有不同之處、留心細聽。不難分別。

又銀色聲音二法。不能確實。則可用摩擦一法。以決優劣。（其法）取銀幣摩擦脚底上。乃呵一氣。若發黃色者。銅幣也。純銀者。反是。其法最爲便利。

又有一種銀幣。因輾轉授受。着汗水而變黃色者。或花紋蝕去者。仍可通用。以上諸法。若閱者細閱之。亦可增進經驗。祈注意焉。（戊）

編輯者言



本報爲鼓勵讀者興趣起見。故有投稿比賽之章程、明列中縫。乃近來有許多讀者、來函索領酬券。查所投之稿。後面未經注明獎第。凡未注明獎第者。依本報投稿比賽章程。幷非優勝者。故幷不結獎、而又有足取之處。且深恐初次投稿者。因未刊載而灰心。故不批獎弟而予以刊載。足見本報開誠優待讀者。無徵不至也。

先施公司
大減價
「念一天」
國曆五月八日起

□學界體育界應提倡國貨
專門製家　運動背心　時式男女各種絨線衫　運動之衣着□

本公司爲國內唯一定製機廠。並屏總經理各學校。各球隊。各運動團體。代製各色各種『運動衫及背心』與男女十足眞羊毛最新式之絨線衫。及絨線背心。均係參照歐美一九三〇年之式樣。『自定顏色』。『特打式樣』。加印加製或加織中西名字。均爲辦到。一星期交貨。對『織工』與『質料』別精良。國內無敵。且超舶來品。另闢門市部。歡迎參觀。零購。函定郵購均可。定價克已。學校或團體蓋章來購者。尤有特別優待。

華商三和公司獨家經理
上海南京路五十六號

婦女生活

少女協助會編

中國婦女們的五月！

（蓮麗）

這五月在我們中國。也算不幸極了。『五三』呀、『五四』呀『五九』呀。『五卅』呀。奇恥大辱、都在這五月中、相逼而來。今年的五月、恰恰又到了。痛定思痛。恥後思恥。凡有血氣的同胞。誰不疾首戚額。痛哭而流涕的臥薪嘗胆。去報國仇。雪國恥呀。不過事實告訴我們幼稚的中國。教育未普及的中國。不過少數人如此罷了。大多數昏昏憒憒的同胞。還在那裏睡長覺。做長夢哩。就我個人的觀察：男子們比較我們婦女還算好些。一則他們智識份子來得多。一則他們的血氣來得熱。無論何種救國運動、也都是青年男子。出來奮不顧身。上前去打衝鋒。我們婦女。總是不知不覺的、默默無聲。縱有一般女同學們。去來唱唱。也不過跟在後面。搖旗吶喊而已。表面上那樣做一做。就算完事。也還罷了。無智識的姊妹們。不知者不罪。她們根本上就不知道『五四』五九『五三』『五卅』是那麼一回事。再有一班明知而明昧的。甘落人後。寂寂無所表示。都不必說了。進一步看、反而苦中作樂起來。你看國恥日。馬路上來的熱鬧的姊妹們。誰不花枝招展似的、有說有笑的出來觀光。姨太太小姐們呀。坐着風馳電掣的汔車到處瞧瞧。有沒有何種希聞。可以賞鑑賞鑑。胭脂水粉的香味。綾羅綢緞的色彩。外國皮鞋的外國帽。媽娜娜的走過。乒乓乒乓的雀戰聲。大菜館、跳舞場的喧笑聲。僮子裏的老三老四大少老爺聲、聲聲入耳。唉！中國婦女們的五月。原來如此嗎。可敬可敬！——可恥可恥——可嘆可嘆（丁）

給小朋友

文藝常識

小鳥——小鳥——
春天去了——夏天來了——
你不要煩惱——
你不要性燥——
到了明朝——你早起——
飛得高——試試你的羽毛。
小鳥——小鳥——
我們大家要好——
在我未上課以前——
在我同家以後——
你不要對我亂叫——
你如果身上悶熱——
快快飛到清水池塘洗一個澡——

□張美倫女士前肄業於啓秀女塾□

姊姊的悲傷

次芬

姊姊爲什麼要悲傷。你如果『鎮日價神思睡昏昏』怕不要成了大病。雖然爸爸執拗要來奪你自主的婚姻。去由他擇婿。可是還沒有成事實。你如果不振作起來。謀合法的抵抗。祇一味的裝模作樣。怕反誤了大事。況且媽媽同哥哥。也都是幫着姊姊的。外還加個我唉。脣亡齒寒、好在爸爸很肯聽我說話。姊姊你鼓着勇氣。我和你去據理力爭。不達到收回成命不止。免得你三心二意。畏首畏尾。將來還要連累到我。姊姊你勇敢些吧。我們的成敗。祇要除去了你這無味的悲傷。就好了。

□破天荒之婦女刊物

閨秀影集

△林澤蒼編　△攝影畫報發行

彙集素負盛名高貴莊嚴閨秀百三十八位附有簡短小史以應女界之需要

攝影畫報爲中國唯一有趣味有價值之美術刊物。又以宗旨純正陳義高超。且圖文極合女子之心理。尤爲閨秀所愛閱。故得全國婦女界之信任與贊助。五年來承賜閨秀照片不知其數。刊出者亦屬不少。惜東鱗西爪。未能成爲整個之女子刊物。並應婦女界之要求特精選五年中素負盛名高貴莊嚴之閨秀百三十八位。本集并附簡短小史用活體字上等刊銅版紙

特價三百本　每册二元一角　寄費另加二角

棕色墨精印。高十寸。闊七寸。湖色皮面。封面用金兩色燙金。精美絕倫。（過限則售二元四角）

上海南京路五十六號　攝影畫報器

警告

本書印數有限成本奇昂故購者以婦女爲限（男子）購爲自用者恕不出售尚希鑒原預約者已陸續由郵寄奉本埠可直至本館領書